

# 小学三年级体育教学计划 小学三年级体育教案(汇总9篇)

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 小学三年级体育教学计划篇一

学习目标：在小组活动中学会按顺序使用同一场地。发展学生的跑的能力。

学习内容：跑走交替、游戏

学习步骤：

- 1、组织学生集队和队列练习。
- 2、组织学生进行游戏快快集合。
- 3、组织学生复习广播操。

学生活动：

- 1、按要求进行快速地集队，并听老师的口令复习看齐、报数。
- 2、按要求进行自主活动和游戏快快集合的互动。
- 3、认真听口令复习广播操，改进第四节的动作。

组织：自由分散、五列横队

教师活动：

- 1、带领学生进行跑走交替、柔韧练习。
- 2、和学生一起领会跑走交替的要求。
- 3、组织学生分组进行跑走替。

学生活动：

- 1、跟随老师进行按图形进行跑走交替，体验自然放松的慢跑。
- 2、了解分组进行跑走交替的要求，知道如何来按顺序使用同一场地进行练习。
- 3、在小组长的带领下进行跑走交替。
- 4、在小组长的带领下进行柔韧放松。

组织：集体练习、分组练习

场地器材：操场、录音机、短绳

学习阶段：水平二

学习目标：积极参与游戏活动，发展跑的能力

学习内容：游戏：大渔网、黄河长江、绕物接力

学习步骤：

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生进行大渔网游戏。

3、提出柔韧练习要求，组织学生进行练习，并巡回指导。

学生活动：

- 1、体育委员整队，检查出席人数。
- 2、听口令进行二路纵队行进走。
- 3、分成两大组进行游戏，体验很多人一起合作游戏的方法。
- 4、在小组长的带领下进行柔韧练习，充分活动各关节。

组织：六列横队、小组分散

教师活动：

- 1、讲解分组要求(找一个速度和自己相近的伙伴、找到自己所站的位置)组织学生分组。
- 2、讲解游戏的方法和规则，指定各组的名称。
- 3、组织学生进行游戏。
- 4、向学生阐述这个游戏的作用。

学生活动：

- 1、仔细听好分组要求，自主选择伙伴，找到位置站好。
- 2、明确游戏规则、明确自己一队的代号。
- 3、积极参与游戏，体验快速起动。
- 4、认真了解这个游戏对短跑的作用。

组织：二列横队

教师活动：

- 1、启发学生制定游戏规则。
- 2、组织学生尝试游戏。
- 3、启发学生合理安排小组力量，组织学生比赛。

学生活动：

- 1、积极参与规则的制定。
- 2、按次序尝试游戏，体验轻松自然的快跑。
- 3、合理地安排好每个队员的比赛次序，努力争取比赛胜利。

组织：

场地器材：校园、操场

课后小结：

1. 在做游戏大鱼网的时候，同学们能够在一起很好的练习，以前的那种别扭的表现有所改善。同时又大组游戏过度到小组游戏同学们能更好的了解游戏的规则和要求2. 在游戏黄河长江的练习中同学们的反映速度有所提高。3. 在做接力练习时同学们的团结精神是赢得胜利的关键。同学们自己认真的表现自己的奔跑能力。

## 小学三年级体育教学计划篇二

通过本次舞蹈课的学习及各种游戏的练习

1学生能够在音乐声中创编简单的舞蹈动作，并能够模仿教师做练习；

2学生对体育课表现出学习兴趣，将乐于参加各种游戏活动；

3学生在身体健康方面能够努力改正不正确的姿势；

4在心理健康方面学生能够体验并简单描述进步或成功的心情；

5在社会适应方面，学生应具有良好的合作精神，在活动中表现出对他人的尊重和关心。

## 一活动性小游戏

### 1、小兔尾巴

练习队形：散点

教与学的方法：教师引导，师生共练小游戏

预期目标：使学生情绪活跃，形象生动，进入学习角色。

### 2、跨小河

### 3、藏手绢

## 二学习：

### 1、启动认识各种活动性小游戏

(突破舞蹈中的重难点动作)如

a.跑跳步b.站、蹲抖动手腕

c.小碎步d.自由表演

### 2学习集体舞：“嘀哩嘀哩”

### 3配乐练习

1、要求：姿态优美，表情自然练习队形

2、教与学的方法：

教师引导，启发学生共做游戏。

3、分节范唱，分解示范，学生模仿。

4、完整配乐

5、学生个体评议、相互评议、教师评议。

游戏：“花儿朵朵”摆造型

圆圈接力摆花朵

5人自由结合，动脑筋摆各种造型

教与学的方法

a.小游戏：“看谁系得快”。把手绢绑成小圆球。

b.教师讲要领、规则、示范，学生比赛、讲评，看谁摆得好！

c.教师启发，学生动脑，大胆创新，看谁摆得像！

6预期目标：遵守规则，互相配合，充分发挥学生的创造力。

三放松

场地与器材：

1红、绿手绢按人数，每人一条

2录音机一台

## 小学三年级体育教学计划篇三

三年级了，想想应该磨合了一年的孩子应该带起来很轻松，课时也比二年级减少了很多，怎么就觉得越来越累。慢慢的我发现孩子不是不会，而是没有心，一颗缺少感恩的'心。他们只是停留在嘴巴上知道父母、老师的辛苦，心内对于这个问题，只是一张白纸。在他们心里，他们认为这是理所当然。

《论语》里有一句话：本立则道生。即做人要讲究根本，一个人只有把根本立住了，才能谈发展。就像大树，把根扎牢了才能根深叶茂。那么什么是根呢？感恩心、爱心、诚信、责任这些品质。我们不仅要关心孩子，也要让孩子感知到这份关心，学会这份关心，并能将这份关心回馈给父母和身边的人。

上周班会，我和孩子谈到学费问题，我问他们开学时，看到爸爸妈妈给你交了多少学费吗？孩子们大概用手比划了一下，然后根据他们日常生活中吃到的、用到的、买到的物品作为比较，看看这些学费能买到多少这些物品，让孩子大声惊呼。我不知道我这样做有多少用途，或者有多么幼稚，但是我希望三三班的孩子最起码要知道，自己的父母有多辛苦。

很快家长会应该快来了，我想这次的家长会，我该做的就是感恩。因为感恩教育应该家校联系。

## 小学三年级体育教学计划篇四

学习步骤：

教师活动：

1. 常规队列练习，要求精神饱满，常规到位。

2. 学习向中和看齐和向两边散开的队列练习。

3. 对学生的练习情况给予肯定，表扬比较好的组，以激励其他组同学。

学生活动：

1. 按老师的要求和口令，精神饱满地进行队列练习，细心体验如何才能与其他同伴保持一致。

2. 能够细心聆听老师的讲解，在学习中，认真体验，积极和其他组进行比试，看看哪组的行动最迅速最整齐。

3. 经过老师的评价后，对自己在练习中的表现能够给自己打一个合理的分数。

组织：四列横队

重点：在踢毽子活动中充分调动学生练习的积极性。

教师活动：

1. 讲解示范踢毽子的方法要求，组织学生原地徒手模仿练习（练习认真和动作准确到位的同学可以每人拿一个毽子自由练习——目的充分调动学生练习的积极性和端正学生练习的态度）。

2. 给予学生练习的目标，组织学生自行练习。

3. 组织学生相互间进行各种比试练习。

4. 组织学生进行拔萝卜和种萝卜的游戏活动。

5. 组织学生进行短绳练习。



学生活动：

1. 认真观察聆听老师的讲解，积极进行模仿练习。
2. 积极进行毽子的各种练习活动，充分展现自己，在练习中展现出良好的精神风貌。
3. 在跳短绳练习中发扬帮助和吃苦耐劳的良好精神和品质。

组织：如图：

XXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXX

教师活动：带领学生总评该次课练习情况。

学生活动：能够对自己的表现给予正确地评价。

组织：略

场地器材：

毽子43个短绳43根田径场一片

## 小学三年级体育教学计划篇五

- 1、学生知道前滚翻的. 动作要领、基本练习方法以及考核要点和标准

2、培养勇敢果断和伙伴间互相帮助、互相学习的优良品质在愉悦中掌握技能,学会健身方法。

3、激励自己和同伴奋力拼搏,取得的成绩。

重点:团身紧,方向正,滚动圆滑。

难点:动作正确,协调,连贯。

### (一)课的常规

1、体育委员整队,检查人数,汇报教师。

2、师生相互问好。

3、教师宣布本课内容。

### (二)准备部分:

1、慢跑2圈,走1圈,体育委员领跑,成一路纵队。

2、拍手操。四八呼,教师领做哨声指挥。

### (三)基本部分

1、复习前滚翻基本动作,教师提问基本要点。

2、前滚翻技巧考核。

3、考核标准:

a□能够独立完成滚动与前滚翻动作,动作连贯,方向正、

b□每个学生考核2次,取成绩。

4、教师组织考核，学生轮流参加前滚翻考核，没有考核任务的学生自行练习，小组进行游戏，游戏内容自行定。

5、在考核中教师及时告诉学生成绩，好与不足。

放松

小结本课情况

值日生收放器材

师生互道再见

## 小学三年级体育教学计划篇六

教学内容：

1、前滚翻交叉转体180°

2、障碍赛跑

教学目标：

1、初步学会前滚翻交叉转体180°的转体动作和障碍赛跑游戏的方法及规则。

2、发展学生的灵敏协调素质和综合能力。

3、激发学生积极思考及探究欲望，培养学生团队合作和创新意识。

器材设备：海绵垫子若干块。

教学过程：

## 一、玩玩乐乐

### 1、小游戏

2、跟我学 小组合作练习自锻练习, 师生共同练习.

## 二、前滚翻交叉转体180°

### 1、连续前滚翻

### 2、前滚翻交叉转体180°

### 3、星星擂台赛 学生寻找答案

学生示范

学生自述观点

学生选择方法

问题探讨:

教师引出问题引导学生探究练习, 问题探讨信息收集

师生演示

教师巡视个别辅导, 学生观察辨谈区别, 学生自锻.

## 三、游戏

障碍赛跑

## 小学三年级体育教学计划篇七

学习目标: 合作练习、掌握技能

学习内容：实心球接力练习

学习步骤：

## 一、快乐的游戏

教师活动：

1. 提出队列练习的要求
2. 组织队列练习
3. 提出游戏练习的要求
4. 组织游戏

学生活动：

1. 和同伴合作完成队列练习
2. 积极的进行游戏的练习

组织：

## 二、合作探究、掌握技能

重点、难点：

教师活动：

1. 教师提出实心球的练习要求
2. 示范徒手的动作, 同学们观察后进行动作的讲解
3. 组织进行徒手的练习

4. 提出借助排球进行前抛的练习
5. 组织小组进行自主的进行练习
6. 组织进行小结

学生活动：

1. 积极、大胆的进行发言。
2. 自主的进行徒手模仿练习
3. 小组自主的进行练习
4. 大胆发言，总结自己的经验

组织：

三、接力练习、提高身体素质

教师活动：

1. 提出接力练习的要求
2. 讲解接力的方法
3. 组织练习。（方法：做25个仰卧起坐后进行10米的往返蛙跳）

学生活动：

1. 懂得练习的方法
2. 小组合作积极的投入比赛中去。

组织：

场地器材：

课后小结：1. 在实心球的练习时女同学的力量不足。动作做的很差。同时很多的同学存在着投掷的角度偏低的现象。2. 在接力练习的时候同学们通过各种起跑姿势的变换而提高了起跑的反映速度。

## 小学三年级体育教学计划篇八

### 一、指导思想

本单元根据《体育（体育与健康）课程标准》提出的“健康第一”和“身体、心理、社会适应三维健康理念”，为指导思想，在体育教学中，通过改变教学策略、学生的学习方式，运用丰富的游戏，来帮助学生掌握基本快速跑技能，提高快速跑的能力，培养体育兴趣，在教学中，通过游戏活动获得快速奔跑的身心体验，培养正确的身体姿势，身心得到发展，综合素质得到提高。

### 二、教材分析

三年级快速跑教材，是在走和跑的基础上发展而来的。但是走和跑两部分内容联系紧密，所以在内容设计和引导学生掌握跑的技能时，都不能人为地把它们分开，要与之衔接。通过多种方式的的游戏，使学生在活动中掌握基本的快速跑技术和技能，发展位移速度，灵敏、反应、协调等身体素质，培养跑的正确姿势，发展快速跑的能力。

### 三、学生分析

低年级学生，兴趣广泛，模仿力强，活泼好动、喜欢游戏。处在长身体和各种活动项目的启蒙阶段，就是与人们平时生

活、学习紧密相关的走和跑，其习惯和方法都没有定型，身体和心理处在发育的黄金时期。如果在教学中，以跑的各种游戏来教学，使儿童在活动中掌握跑的正确方法，培养学生的正确身体姿势，形成良好的身体形态，发展学生的能力，结合趣味性强、形式多样的游戏，为儿童提供展示自我的条件和机会，让儿童体验参加体育运动的乐趣，身心得到发展，心理需求得到满足，从而提高学生的综合素质。就会有利于学生学习习惯的养成，提高其自尊心和自信心，对以后的学习就会产生积极的影响。

#### 四、单元教学目标

- 1、运动参与：通过教学，培养良好的学习兴趣，让学生能够积极主动的参与到所有课时的学习中。
- 2、运动技能：学习正确的跑步方法，基本能用正确的方法进行各种跑的锻炼。
- 3、身体健康：在游戏活动中，发展学生跑的速度，提高短跑能力。
- 4、心理健康：感受和体验参与集体体育活动的乐趣。
- 5、社会适应：能与同伴顺利地完集体性的体育活动，培养不怕苦、不怕累的意志品质。

#### 五、教学重点、难点：

重点：对快速跑的游戏表现出积极的态度。

难点：掌握基本的跑步方法。

#### 六、设计理念

本单元设计贯彻了课程标准的精神，通过引导学生主动参与



学习，把获得新的知识经验，运用在实践中。教学中努力体现以教师为主导，学生为主体，启迪、导疑、创新为主轴，培养学生自己学习的意识，让学生在愉快的学习环境中发现问题，解决问题，并在自我挑战过程中，不断超越自我，从而获得一种成功的喜悦。教师在整个教学过程中充当一个引导者的角色，学生可以在反复学习的过程中，掌握浅易的知识和学会简单的技能，寓教学于活动之中，寓教于教学之中，发展学生的基本活动能力和健康发展的个性。

### 七、运动负荷预计：

根据本校学生的体质和技能基础，本单元练习密度、平均心率、强度控制在以下范围。

练习密度：50%——70%

平均心率：130——160/分

强度指数：1.4——1.6

## 小学三年级体育教学计划篇九

协作和睦相处，养成尊重对方，尊重他人的好习惯。

教学重点：怎样团结友爱。

教学难点：怎样团结友爱。

教具准备：挂图。

教学内容及过程：

教学内容：团结友爱

一、谈话导入。

二、板书课题，团结友爱好

三、展开学习

1、自学课文

2、出示问题

(1) 性格，脾气不相同的人有哪些种类？

(2) 要团结，友爱要做到哪几点？

3、讨论，评析

4、板书

(一) 相互尊重：尊重他人，别人，体谅

(二) 帮助，共同进步

(三) 谈心，解除烦恼

四、教学小结：